



ナルク茨木・摂津 「おしどりの会」

198号

567-0885 茨木市東中条町 1-6 あいおいニッセイ同和損保 介護研修センター3F
Tel 072-620-6088 FAX 072-620-8707 Mail: oshidori-nalc@ktb.biglobe.ne.jp

○28年度上期の総括と下期の活動について

事務局長 小松道生

すっかり秋らしい季節となつてまいりました。

上期の活動においては例年のない暑さにも拘らず皆様のご協力でよい結果が残せたと思います。なお、参加には至りませんでした。茨木市総合事業についてもいろいろと議論しました。

5月の定時総会において承認された6つの活動方針について検証をしてみたいと思います。

①これからのナルクのあり方

会員同士の助け合い、ブロック交流会・サークル活動を通して信頼関係を築くについては、8ブロック・9サークルを通じ毎月30名弱が参加し約150時間の交流活動ができました。

会員の預託点利用は、徐々に増えつつあります。

②ブロック制の活用

ブロック連絡網を密度の濃いグループとして活動に反映させるには、従来から編成されていた地区を基に会報配布ネットを活用して、やや大きなブロック網に編成し活動しました。結果は今まで通りの連絡は取っているものの、ブロックとしての報告において認識の差が出ました。8ブロックの中でほぼ活用されていたのが4ブロック、活用されていないのが2ブロックありました。

今後の活用を期待しています。

③会員のスキルアップとコーディネーターの拡充

コーディネーター、シニア介護、新会員向けなど諸研修が計画に沿って実施され、スキルアップは確実に向上しつつあります。コーディネーターの拡充についても新しい方にも担当し体験していただくなど良い方向に進んでいます。

④会員の増強と活動会員の拡大

永遠のテーマであります。前期末431人に対して上期では434人の実績となり微増になりました。利用入会の方が14人で、一般入会の方が9人と少なく、退会は20人となりました。

⑤高齢者・障がい者支援(時間預託)

計画1350点に対し実績1494点で目標を達成できました。

⑥子育て支援(時間預託)

計画500点に対し実績510点で目標を達成できました。

下期の活動について

①ブロック制の活用については趣旨を再認識し活動に反映させていく。②多くの方にコーディネートを経験していただく。③特に活動会員の増強は、会員の紹介によるものが効果的であり、実績にも繋がっている事を意識し、ブロック交流会・サークル活動等の交流の輪を広げ、年間を通して活動していく。以上を徹底して諸計画を達成したいと思いますので、皆様のご協力をお願いいたします。

【パネル写真展・紙芝居 ^{うけいど} 請戸小学校物語】 開催のお知らせ 震災から6年目の福島県浪江町の現状

11/15(火)～11/30(水) 10:00～16:00

場 所： 立命館大学大阪いばらきキャンパス OICライブラリー(図書館)

紙芝居： 11/15(火)、11/19(土)、11/26(土) 上演時間：13:30～

「ナルク京都ことの会」主催行事ですが、支援を要請されておりますので、皆様のご協力をお願いします。

担 当： 事務局



☆支援日記

済生会病院エントランスホールでコンサートがありました。久しぶりに済生会のお手伝いをさせて頂くことになったのですが、こここのところ雨の日が多く、人が来て下さるのが心配でした。コンサートが始まる頃には、20席ほどある椅子も埋まり彼女達の歌声を待っておられます。

彼女達は大阪音大を卒業後、ソプラノ奏者4人で「エクリン」を結成し、東日本大地震で多くのものを失いなお復興に頑張る人々や、豪雨で家や畑を無くされた人たちの力になればと色々な所で活動されています。ピアノ伴奏で始まったオペラは、ロッシーニ作曲「ウイリアムテル」や、プッチーニ作曲「蝶々夫人」など10曲で、エントランスを流れる歌声は透き通り、入院中の方にも外来者の方の心にも優しく響きました。冷房が効いていましたので「寒くないですか？長い時間車椅子に腰かけられていて辛くないですか？」と声かけさせてもらいましたが「大丈夫、わたし歌が好きなの」と、とても楽しそうに聴き入られる姿は微笑ましく思えました。最後のステージは震災に遭われた方々に「あなたはひとりではない、いつも誰かがあなたのそばにいますよ、泣かないで下さい」、「入院中の方々や、支えておられるご家族の方々に一日でも早いご回復を祈ります」。…と歌で励ましのエールを送られて胸が熱くなりました。

また11月2日にマンドリン奏者の演奏が聴けるようです。皆さんもお時間があれば、一度聴きにきて下さい。楽しみに待っています。(中穂積 深尾こずえ)

☆楽遊会 10月8日(土)13:00~15:00 30名参加

北ブロック担当で開催された会へ初めて参加しました。神田さんの司会で始まり、新しい会員さんの紹介があり、私もよくお会いする方なのに新しい会員さんだと聞き驚きました。楽遊会は自由な発想で交流を深めながら、心地よい連帯感を保つ大きな役割をしています。拠点には10のサークルがあり、サークル担当者が夫々内容を説明され、私も「写真サークル」の紹介をしました。「秋の美しい風景をカメラに収め自然を楽しみませんか」とお声かけしました。



河野恭子さんにハーモニカ演奏をして頂き、初めての合唱も楽しみました。なぞなぞゲームやじゃんけんゲームで盛り上がり賞品もゲットしました。

参加する度にお知り合いも増え楽しみです。(真砂 大嶋千鶴子)

☆歩楽人クラブ (大岩芋ほり園)10月10日(月) 16名参加



大岩でのバーベキューに参加しました。バスでサニータウン入口まで行き、そこからは大岩の里山まで歩きました。舗装された軽い上りのある道をハイキングです。皆とお喋りしながらなのでそれほど苦ではありませんでした。

40分程で大岩に到着したときはもうお腹がぺこぺこでした。大岩は芋ほりで有名な所で、沢山の家族連れの方が来られていました。

早速バーベキュー開始です。鶏肉、牛肉、玉ねぎ、なす、かぼちゃ、ピーマン、しいたけ…それに新米のおにぎりがなんと53個も！！お腹一杯頂いて、大満足！

里山は水も空気も美味しく感じました。帰りもバス停までハイキング…何だか昔、小学生の頃友達と道草しながらブラブラと帰った時の事を思い出し、とても懐かしい気分でした。道端には柿の実が色づき又スキの穂も揺れ、空にはうろこ雲が広がり秋の足音を感じる一日でした。(南安威 河野千代子)

☆自転車運転者研修会 10月19日(水)13:00~15:00 23名参加



金木犀の香る秋の日の午後「自転車のリスクマネジメント」について研修を受けました。

まず、交叉点を歩道から車道への侵入時に事故、過失割合判断が問われたが、損害過失賠償が発生した。

自転車は気軽で便利な乗り物ですが、自動車と同じあつかいで弱者ではありません。受講者は元気なシニアで

すが、年齢と共に反射神経は鈍っており、突然の危険になかなか対応出来ません。

3年以内に2回以上ルール違反すれば罰則として講習会受講を命ぜられ受講手数料5700円です。

「ルール・マナーを守る」

- ①自転車は車道走行が原則。車道走行は左側通行(逆走しない)
- ②歩道は歩行者優先で、自転車は車道側を徐行(時速7.5km)
- ③飲酒運転禁止、夜間はライト点灯、交叉点での信号遵守と一時停止、安全確認
- ④子供・高齢者はヘルメット着用
- ⑤ながら運転禁止、携帯電話でメールしながら、傘さしながら等
- ⑥大阪府では自転車保険加入条例施行(28年7月1日)…怪我や高額賠償保障被害者、加害者にならぬ為にもルールを守り安全運転に心がけましょう。(平田台 八木 栄)

☆新会員研修会 10月19日(水)

6月に会員になり参加させて頂く事になりましたが、それまで自分がボランティア活動をするなんて考えてもいませんでした。今回初めての研修でナルクの事、ボランティアの事を色々勉強させて頂きました。遠方に住む96歳になる母も特養に入り、色々な方にお世話になり乍ら生活させて頂いています。

離れている母にしてあげられない分、ナルクで少しでもどなたかのお役に立てるのはおこがましいですが自分の為にもなると思っております。

26年前に転勤で関東から茨木に越して来て、沢山の方とのご縁で楽しく生活することが出来ました。これからも又、新しいご縁が増えて行くことを願って「出来る事を」「出来る時に」「できる方法で」、少しでも長く活動に関わって行けるよう頑張りたいと思います。(新郡山 野口恵子)

行事予定

月	日	時	行事等	会場等
11月	7日(月)	13:00 15:00	ボランティア交流会 委員会	済生会病院
	9日(水)	13:30	歌おう会	会議室
	9・26日	10:00	パッチワーク	会議室
	10日(木)	10:00 13:00	摂津交流会 三役会	安威川公民館 会議室
	12日(土)	10:00	運営委員会	会議室
	13日(日)	9:00	グリーン作戦	市内一円
	15日(火)	10:00 13:30	コーラス 絵手紙の集い	会議室
	16日(水)	13:00	子育て支援研修会	会議室
	19日(土)	13:00	アンチエイジングの会	会議室
	27日(日)	9:40	歩楽人クラブ	一夢想
12月	5日(月)	13:00	介護教室	済生会病院
	8日(木)	10:00 13:30	摂津交流会 三役会	安威川公民館 会議室
	10日(土)	10:00 13:00	運営委員会 お誕生会	会議室
	20日(火)	10:00 13:30	コーラス 絵手紙の集い	会議室

◎歌おう会

11日(水) 13:30~14:30

皆で一緒に歌いましょう!

青い山脈、いい日旅立ち 
青春時代、高校三年生

故郷の廃家、赤とんぼ、里の秋など

場所：会議室

申込み：不要・歌詞あり

担当：小松道生

◎歩楽人クラブ

11月27日(日) 9:40~

場所：一夢想にて食事会

費用：食事代 3800円

申込締切：11月21日(月)

定員：20人

担当：石田・奥村

詳しくは参加者に連絡します。

◎事務所に各行事の出欠名簿を備えています。出=○ 欠=× を記入願います。

子育て支援研修会

日時：11月16日(水) 13:00~15:00

場所：会議室

内容：子育ての現状と茨木市の取り組み

講師：茨木市議会議員 安孫子 浩子 氏

※友人・知人のご参加を歓迎します。

担当：研修



アンチエイジングの会

日時：11月19日(土) 13:00~15:00

場所：会議室

1.健康メモ *日常のストレス予防

*腰痛予防と腰痛体操 (東條)

2.脳トレゲーム *ダーツ *お手玉

(牧野)

3.松ぼっくりで創作 *Xmas ツリー

(杉本)

4.ああ~唱歌? *いつまでも心の残る名曲から

担当：東條、牧野、杉本



市民講座開催のご案内

日時：12月5日(月) 13:00~16:00

場所：済生会病院3F会議室

テーマ：【介護ストレスと上手に付き合おう】

~介護ストレスあるある・ストレスチェック・対処法・利用できる社会資源など~

講師：ライフポート療養長 兼松真澄氏 看護師・介護福祉士

申込締切：11月30日 主催：済生会茨木病院・ナルク茨木 後援：茨木市



☆議事・連絡事項など

- ① 9月21日シニア介護サポーター研修は他拠点からの2名を含み20名の参加があった。
- ② 10月19日「自転車のリスクマネジメント」・「ナルクをもっと知ってもっと楽しく～」の講習会が実施され、23名の参加があった。
- ③ 10月30日(日)少林寺拳法茨木大会があり小松氏出席。
- ④ 11月13日(日)9:00～11:00グリーン作戦実施予定。大勢参加してください。(事務所に用紙あり)
- ⑤ 11月15日(火)～30日(水)京都「ことの会」主催写真展が立命館茨木キャンパスにて開催。
- ⑥ 11月16日(水)研修会「子育ての現状と茨木市の取り組み」 講師:安孫子浩子市議会議員。
- ⑦ 11月16日(水)～18日(金)丹波篠山にて本部主催研修会があり、神田氏参加。
- ⑧ 11月20日(日)ナルク北・南拠点で車椅子研修会があり。講師:上田氏、神田氏
- ⑨ ナルクとしての認知症対応の資料作成中。
- ⑩ 事務所当番は「施錠・電気・換気扇・エアコン・電気ポット」等の最終確認を確実に行う。

☆9月度の活動実績・会計報告

高齢者・障がい者	298点	目標比当月 132%	累計 111%	前年同期比 107%
子育て	104点	目標比当月 125%	累計 102%	前年同期比 123%
所定事務など	187点	—	—	—
時間預託活動	589点	目標比当月 131%	累計 118%	前年同期比 114%
福祉	266点	目標比当月 68%	累計 87%	前年同期比 90%
子育て	72点	目標比当月 86%	累計 90%	前年同期比 92%
拠点活動など	451点	—	—	—
奉仕活動	789点	目標比当月 77%	累計 87%	前年同期比 73%
活動全体	1378点	目標比当月 93%	累計 97%	前年同期比 84%
無点活動	125点	当月累計 1503点	同好会・イベントに一般参加など含む	

- ・受託事業はご一緒8人41.5時間、日常生活8件16回であった。
- ・預託点利用:4件40点 (累計159点) **遠慮せず身近なことから気軽に利用しましょう!**
9月の利用は外出介助1件3点、パソコン指導1件3点、庭の手入れ1件2点、相談・助言1件32点。
- ・会計収支:収入は時間預託・受託金とも順調であった。支出はパソコン修理・購入、交通費支払いがあったが上半期は6.5万円のプラスとなった。

☆10月の会員異動

- ・入会者:木田義則・弥生(下穂積)、吉田はつ子(並木町)
 - ・退会者:吉見ゆき子(東太田)、長岡操(橋の内)、加藤博(庄)、森元千晶・健次(東宮町)、
 - ・転居:本田房枝(摂津新在家⇒茨木鮎川)、三河井おさみ(別院町⇒見付山)
- 10月末会員=432人(男性152人、女性280人)〈参考:28年3月末会員=431人〉

パソコン・デジカメ・タブレットなど「ITで遊ぼう!」へ来て下さいね。

11月予定は次の通りです。・17(木)PM小松、・24(木)PM小松

尚、ご自宅訪問もOKです。ご希望をメンバーに相談してください。(1時間1点です)

当拠点の賛助会員(敬称略・順不同) いつもご支援ご協力ありがとうございます。

- ・デイサービスセンター「ドゥライフ茨木」
- ・あいおいニッセイ同和損保㈱
- ・若林三雄
- ・友次通憲
- ・原田平
- ・辰見登
- ・長谷川浩
- ・安孫子浩子
- ・済生会茨木病院

12月号は 12月2日(金) 15時完成予定です。配布担当は事務所へ取りに来てください。